

जि.प्र.का.दर्ता न ५८/२०६३

साहिद

SAHID WEEKLY साप्ताहिक

घरेन्द्र विलनिड सर्विस

एण्ड ट्रेनिङ्ग

कीर्तिपुर अस्पताल रोड, दयाहलफाँट
कीर्तिपुर

हाम्रा सेवाहरू
बेटीङ्ग, रज्ज, लोभक, हरिबल रामजी तम्पुर्नो लिमिटेड सर्विस
चरित्रद रामी बेटीङ्ग तथा हारन विभिन्नको निर्माण पनि दिन्छ ।

कीर्तिपुर नपाको प्रथम नगर सभा सम्पन्न

◆प्रत्येक वडाको लागि ५० लाख

महर्जनको सभापतित्वमा भएको कार्यक्रममा सांसदहरु रुपा श्रेष्ठ, विनोद श्रेष्ठ, इच्छा तामाङ्ग, पूर्व राज्यमन्त्री दिलिप महर्जन, नेमकिपाका हरिकुमार महर्जन, नेकपा एमालेका सुरेन्द्र मानन्धर,

क्रमशः पृष्ठ ५ मा



असोजमा प्रदेश र
मंसिरमा संसदीय निर्वाचनको तयारी
भैरहेको छ ।

भक्तपुर नपाको प्रथम नगर व्यवस्थापिकाको बैठक शुरू

सबै नगरका आ-
आफ्ना ऐतिहासिक र साँस्कृतिक
पृष्ठभूमि हने प्रसंग चर्चा गर्दै उहाँले

क्रमशः पृष्ठ ६ मा



सब स्टेशन, अटोमेशन
सिस्टममा काम गर्नु परेकोले सो
क्षेत्रमा अवरुद्ध हुने जनाएको छ ।

पांगा ढोकसीमा डिप बोरिङ्ग

यो डिप बोरिङको पानी
पिउनलाई भन्दा पनि वैकल्पिक
प्रयोगमा लगाउन सकिन्छ ।

Admission Open

for XI

Science (Proposed)
Management
Education
Humanities

**Computer Science,
Hotel Management,
Business Studies,
Sociology, English,
Nepali, Maths,
Population, HPE...**

Wide Range of Scholarships are available.



MANGAL SECONDARY SCHOOL

10+2 : Management, Education, Humanities
Kirtipur-10, 4330544, 4335560

ऐतिहासिक जनअन्दोलन २०८६ चैत्र २० गते शहादत अमर सहिद

लनबहादुर महर्जन
वि सं. २००६ माघहिराकाजी महर्जन
वि सं. २०१७ माघराजमान माली
वि सं. २०२५ मंसिरराजेन्द्र महर्जन
वि सं. २०३० चैत्र

सहिद साप्ताहिक

वर्ष १४, अंक १५, २०७४ असार ३० गते शुक्रबार

शंखापुर प्रकाशन समूहको लागि

सम्पादक/प्रकाशक: नारायण महर्जन

कम्प्यूटर टाइप/सेटिङ्ग: सहिद डेस्कटप

सम्पर्क कार्यालय: जहुँ हिटी युवा क्लब - ११

पाँगा, कीर्तिपुर, फोन नं. ४३३०५८३, ९८४१४३६०२२

E-mail:- kipushahid@hotmail.com

kipushahid@gmail.com

www.kipushahid.blogspot.com

मुद्रण : शर्मिला प्रिन्टर्स, डल्लु, काठमाडौं

सम्पादकीय...

भरतपुर मतपत्र काण्ड: सर्वोच्चको आलटाल

बैशाख ३१ गते भएको पहिलो र असार १४ गतेको दोस्रो चरणको निर्वाचनको परिणाम पूर्ण रूपमा आइसकेको छ ।

तर मतपत्र च्याट्ने काण्डले स्थगित भएको भरतपुर महानगरपालिकाको वडा नं. १९ को परिणाम र २० को मतगणना नै बाँकी रहेको छ ।

वडा नं. १९ को ९० वटा मतपत्र नेकपा माओवादी केन्द्रका मतगणना प्रतिनिधिले चार घेरामा रहेको प्रशासन कै अगाडि च्याट्नु पारे र पक्राउ परे ।

मतपत्र च्याटिएको कारण स्थगित मतगणना अफसम्म हुन सकेको छैन भने मतपत्र च्याट्ने व्यक्तिहरु भने घरौटीमा रिहा भैसकेका छन् ।

मतपत्र काण्डलाई लिएर निर्वाचन आयोगले पुनः १९ वडाको मतदान गर्ने निर्णय गरियो भने लगत्तै त्यसको विरोधमा सर्वोच्चमा रिट निवेदन पनि हालियो ।

सर्वोच्चले अन्तरिम आदेश जारी गरी पुनः मतदान नगर्ने र च्याटिएको मतपत्र सर्वोच्चमा बुझाउन समेत आदेश गरे ।

आदेशानुसार च्याटिएका मतपत्र सर्वोच्चको बेन्चमा पुगेका छन् । तर सर्वोच्चले पटकपटक समय नपुगेको भन्दै पेसी सादै गरेको छ । हरेक पेसी निर्णायक भन्दै पर सादै गरेको छ । अब साउन २ गतेसम्म सारेको छ । राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय रूपले बदनाम भएर प्रचार गरेको त्यो काण्डलाई सर्वोच्चले आलटाल किन गयो ।

समय नपुगेको हो भने किन १ नं. मा राखेर किन निर्णय गर्दैन । भरतपुर महानगरको १८ वटा वडाका विजयीले समेत आज गुमनाम चुप बस्नुपर्ने बाध्यता सर्वोच्चले नै गरेको छ । छिटो निकास दिनु जाति हुनेछ ।

राष्ट्रिय विद्युत समस्याको निराकरणका लागि

सरकारी कार्यालयहरूले विद्युत खपतको लागि

मितव्ययिता कदमहरू चालू राखी

सर्वसाधारणहरूलाई सु-सूचित गराऔं ।



नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय
सूचना विभाग

गाउँको अधिकार सिंहदरबार तर गाउँ जानै मान्दैन

— अच्युत वाग्ले

गौरवको धडधडी (नेष्टाल्जिया) मा रुमलिएर आधुनिक व्यस्थापनको जिम्मेवारी बिसिँएको परिणति हो यो ।

नेपालको आर्थिक विकासको इतिहास एक अलगगै गम्भीर खोजको धार हो । यहाँ त्यो विषयान्तर नगरौं । सार कुरा के भने अधिकार दिने कागजी योजना र विकास गर्न इच्छुक स्थानीय प्रतिनिधि उपस्थित हुँदाहुँदै पनि मुलुकको एउटा महत्त्वपूर्ण कालखण्ड विनाप्रगति नष्ट भयो ।

यस्तो किन भयो ? यो मूल प्रश्नको उत्तर नखोजी र मुलुकको ऐतिहासिक अवसरलाई नै निरर्थक बनाउने ती कारकलाई सोझै सम्बोधन नगरी नेपाल संघीयतामा गएको अलाप जति नै उँचो स्वरमा गरे पनि त्यसले तात्त्विक परिवर्तन ल्याउँदैन । यसको मूल र प्रत्यक्ष कारण हो, सिंहदरबारको स्थायी राज्यसत्ता गाउँमा अथवा स्थानीय तहमा जानै चाहँदैन । जनताको अधिकारलाई प्रत्याभूत गराउने प्रक्रिया र सीप जानेको एवं विकासका दर्जनौं आयामलाई कार्यरूप दिने ज्ञान भएको, दुवै खाले जनशक्ति स्थानीय तहमा स्थायी रूपले उपस्थित नभइकन यी दुवै जनआकांक्षा, अधिकार र विकास सधैं मृगतृष्णामात्रै भएर रहन्छन् ।

यो आवश्यकताको अहम् हिस्सा मुलुकको कर्मचारी प्रशासनले नै पूरा गर्ने हो । यसमा दुविधा छैन । प्रस्ट के छ भने विगतमा स्थानीय विकास एवं विकेन्द्रीकरणका योजनाका प्रारूप (स्किम अफ थिङ्स) मा (स्थानीय) सार्वजनिक प्रशासनको आवश्यकता र भूमिकालाई समाहित नगरिएका कारण ती लगभग सम्पूर्णतः असफल भए । यो पटक पनि त्यही प्रवृत्तिको पुनरावृत्तिले संघीय संविधानले दिएका व्यापक स्थानीय अधिकार कागजमै सीमित हुने र मुलुकको समुन्नतिको आकांक्षामाथि फेरि तुषारो वर्षने जोखिम यथावत, जीवन्त छ ।

यतिखेर पनि सिंहदरबारबाट बाहिर निस्कनै नचाहने सिङ्गो सार्वजनिक प्रशासनको अविभाजित मानसिकता पटककै बदलिएको छैन । दूरदराजका गाउँमा गएर सेवा गर्ने त धेरै परको छनोट हो । यसमा कर्मचारीलाई मात्र दोषारोपण गर्नुको पनि अर्थ छैन । किनभने केन्द्रबाट बाहिर जाने प्रोत्साहन र स्थानीय तहमा आउने आकर्षण सिर्जना गर्ने जिम्मेवारी राजनीतिक नेतृत्वको हो । यी दुवै दिशामा काम हुनै सकेको छैन । त्यही कारण गाउँपालिकाहरूसम्म कम्तीमा अधिकृत स्तरको कर्मचारी खटाउने संघीय मामिला मन्त्रालयको महिनौं लामो कसरतले अपेक्षित परिणाम ल्याउनसकेको छैन । यो प्रयास पनि भाराटार्ने प्रकृतिको मात्रै हुनु अर्को समस्या हो ।

योभन्दा माथि राज्य प्रस्ट हुनुपर्ने आधारभूत र अरू गम्भीर विषय छन् । संविधानले परिकल्पना गरेअनुरूप स्थानीय तहलाई साँच्चिकै स्वायत्त बनाउन

चाहेको हो भने केन्द्रीकृत भर्ना प्रणालीले, पुरानो संरचनाको प्रशासनिक कार्यका लागि भर्ती गरेका कर्मचारीलाई स्थानीय तहमा पठाउनुको औचित्य छैन । यसरी भर्ती भएकाहरूको स्थानीय तहमा गएर काम गर्ने रुचि नहुनु स्वाभाविक हो । फेरि यसरी सरुवा भएर जाने कर्मचारी स्थानीय तहको नेतृत्वप्रति उत्तरदायी हुनुपर्ने कुनै कारण छैन ।

त्यो अभिमुखीकरण नै छैन । उसको सुपरीवेक्षकीय र प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्ने निकाय निरन्तर, वास्तविक अर्थमा सिंहदरबार नै रहिरहनेछ । तर सरकार अहिले तिनैलाई घचेटेर पठाउन कोसिस गरिरहेको छ । उसले कितेरै त भनेको छैन, जिम्मेवार सरकारी अधिकारीहरूका फाटफुट बाहिर आएका भनाइले त्यही बुझाउँछ । अहिले करिब १ लाख ८ हजार निजामती कर्मचारी छन् । तीमध्ये करिब ६४ हजारलाई स्थानीय तहमा, १४ हजारजति प्रदेशमा र बाँकीलाई केन्द्रमा राखेर काम गराउने बताइँदै छ ।

औसतमा ७० जनाजति गाउँपालिका र नगरपालिकाको आवश्यकताअनुसार बाँकीलाई खटाउँदा यति संख्या अनुमान गरिएको हो । नेपालको संविधान-२०७२ को अनुसूची-८ ले स्थानीय तहलाई दिएको जिम्मेवारीको फेहरिस्त हेर्दा पनि शिक्षक र सुरक्षार्कमीबाहेक न्यूनतम करिब ७० जना नै फरक विषयगत विशेषज्ञताका कर्मचारी चाहिने देखिन्छ ।

यसरी हेर्दा कर्मचारीको माग र आवश्यकता मिलेको अथवा स्थानीय तहमा कर्मचारी व्यवस्थापनको समस्या सहजै समाधान हुनेजस्तो देखिन्छ । तर यथार्थ के हो भने विद्यमान कर्मचारीहरूको सानो संख्या पनि स्थानीय तहमा खटिँदै जान इच्छुक छैन । नीतिगत अस्पष्टता र वृत्ति विकासको अप्रस्ट मार्गचित्र पनि यसका कारण होलान् । त्यो आफ्नै ठाउँमा छ ।

त्योभन्दा गम्भीर चिन्ता अर्कै छ । मानौं, ती सबै कर्मचारी स्थानीय तहमा खटिएर गए । तर उनीहरू त स्थानीय जनप्रतिनिधिप्रतिभन्दा केन्द्रीय सत्ताप्रति जिम्मेदार र बफादार हुन्छन् । दोस्रो, उनीहरूमध्ये प्रादेशिक सेवामै समाहित हुनेको संख्या अत्यन्त न्यून छ । जति नै स्थानीय स्वायत्तताको बखान गरिए पनि संविधानले प्रशासनिक व्यवस्थापनको जिम्मा प्रदेशभन्दा तल, स्थानीय तहलाई दिएको छैन । संविधानले स्थानीय कर्मचारीको व्यवस्था प्रदेश कानुनले गर्ने उल्लेख गरेको छ ।

स्थानीय तहमा केन्द्रीय भर्ती वा स्थानीय भर्तीका कर्मचारी रहने कल्पना गरेको देखिँदैन । स्थानीय सरकारको नेतृत्वले कति राजनीतिक नियुक्ति गर्न पाउँछ, त्यो पनि प्रस्ट छैन । सबैभन्दा पहिले यी अवधारणागत प्रस्टता आवश्यक छन् । स्थानीय तहमा, उपयुक्त नियम बनाएर कम्तीमा केही संख्या कर्मचारी भर्नाको

स्वतन्त्रता नदिने हो भने अहिलेको मोडलको संघीयता कार्यान्वयन हुनसक्दैन ।

त्यस्तै प्रस्टता केन्द्रबाट खास दक्षताका थोरै कर्मचारी स्थानीय तहसम्म खटाउने व्यवस्था पनि उत्तिकै आवश्यक छ । यो सन्तुलन कुनै खेलाचीको विषय हुनसक्दैन । उदाहरणका लागि, हिजो आइतबारलाई सरकारले स्थानीय तहमा बजेट प्रस्तुत गर्ने दिन तोक्यो । तर वास्तविक सरकारले नै प्रस्तुत गर्ने शैलीमा, अंग पुगेको बजेट अत्यन्त थोरै संख्याका स्थानीय सरकारले मात्रै प्रस्तुत गर्नसके । त्यो सीप नै त्यहाँ विकेन्द्रित भएको छैन ।

साथमा शाखा अधिकृतको नेतृत्वमा गाउँपालिका सञ्चालन गर्ने सरकारको जुन सोच छ, त्यो पनि अपरिपक्व प्रस्तावना हो । त्यो तहमा कम्तीमा उपसचिव स्तरको कर्मचारी अपरिहार्य छ । त्यो तहको कर्मचारी जान कसरी सम्भव बनाउने हो, अब त्यसतर्फ सोच्नु आवश्यक छ ।

अहिले स्थानीय तहमा काम गर्न जान चाहने कर्मचारीलाई पनि सरकारले सहजीकरण गर्नसकेको छैन । एकातर्फ सरकार खासगरी गाउँपालिकामा खटिएर जाने अधिकृत स्तरका कर्मचारी नपाएको कोकोहोले गर्छ, अर्कोतर्फ भ्रष्टाचार तीन सय सोही तहका प्राविधिक अधिकृतहरू प्रशासनमा समायोजन गरेर जिम्मेवारी दिए तत्काल जुनसुकै ठाउँमा गएर काम गर्न तयार हरेको बताइरहेका छन् । सरकार यति सामान्य निर्णय गरेर स्थानीय पीडा घटाउने पहल पनि गर्दैन ।

प्रदेश र स्थानीय सरकारको तहमा काम गर्न केन्द्रबाट खटाइने कर्मचारीको अनुपात कानुनी रूपमै प्रस्ट हुनुपर्छ । कामको विविधता र चाप हेरेर स्थानीय तहमा प्रमुख कार्यकारीको स्तर निर्धारण गर्नु आवश्यक छ । स्थानीय तहमा प्राविधिक जनशक्तिको सेवा उपलब्धता एवं त्यसको दिगोपन सुनिश्चित गर्न केन्द्रको सहयोग चाहिन्छ । तर त्यो परिभाषित हुनुपर्छ । यस्ता विषयमा अवधारणागत प्रस्टता नै अहिलेको सर्वोपरि आवश्यकता हो । यसले मात्रै स्थानीय प्रशासनिक संरचनाको आकारलाई निर्धारण गर्छ । त्यसले प्रतिफल दिन्छ ।

यी विषय उठान गर्नासाथ 'यो संक्रमण काल हो, विस्तारै मिल्दै जान्छ' भन्ने ओठे जवाफ दिन्छन्, प्रधानमन्त्री र मन्त्रीहरू । तर समस्या संक्रमणकालको मात्र होइन । यसमा व्यक्त वा अव्यक्त रूपमा सिंहदरबारको अधिकारलाई गाउँसम्म जान नदिने मानसिकता लुकेको प्रतीत हुन्छ अथवा त्यो अधिकारलाई गाउँ पठाउन आवश्यक सीप, दूरदृष्टि र असल नियत नै राजनीतिक नेतृत्वसँग छैन । मुलुक फेरि हिजोकै जस्तो जनअधिकार र विकासका मीठा कागजी नाराहरू केही वर्षमै व्यवहारमा तहिनै जोखिम व्यहोर्नुपर्ने नियति उन्मुख देखिँदछ । कसैले कुनै ठूलो प्रयास नै नगरी यो गच्छुंगो सिंहदरबार सहजै गाउँ नजाने निश्चित छ ।

राष्ट्रपतिको लागि १६ करोडको गाडी किन ?

काठमाडौं । नेपाल मजदुर किसान पार्टीका सचिव एवं सांसद प्रेम सुवालले विनियोजन विधेयक, २०७४ को विभिन्न शीर्षकहरूमा सांसदहरूले उठाएका विषयमा जवाफ दिएका मन्त्रीहरूलाई थप प्रश्न गर्नुभयो । प्रधानमन्त्रीको जिम्मेवारीमा रहेका बीसवटा मन्त्रालयको समेत शिक्षा र कानून, न्याय तथा संसदीय मामिला सम्हालेका उपप्रम गोपालमान श्रेष्ठसँग सांसद सुवालले देशभरी गुणस्तरहीन, मिसावट, म्याद नाघेको, कम तौलको वस्तु उत्पादन र बिक्री भइरहेको पनि वाणिज्य मन्त्रालय आफ्नो उपस्थिति देखाउन नसकेको, मित्र देशले दान दिएको धान र चामल गोदाममा कुहान्ने पाधिकारीहरूलाई आपूर्ति मन्त्रालयले कारबाही गर्न नसकेको, हरियो वन तस्करको धनको स्थिति अन्त्य गर्न नसकेको, टिम्बर कर्पोरेशनलाई डुबाउने मन्त्री र अधिकारीहरूलाई कारबाही नभएको, सार्वजनिक पोखरी, पर्ती जग्गा, खोला किनारा निजीमा दर्ता गर्ने मालपोत अधिकृतहरूमाथि कारबाही नभएकोबारे जिज्ञासा राख्नुभयो ।

सामान्य प्रशासन मन्त्रालयले कर्मचारी पूँजीवादको विकास गरी सरकारी कर्मचारीलाई नयाँ खानदानी वर्ग विकास गरेको र सरकारी कर्मचारीको ट्रेड युनियन बनाउन दिएको, सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालयले पत्रपत्रिका वर्गीकरणमा पक्षपात

गरेको, एनसेललाई रु. ६१ अर्ब कर भिनाहा दिने तयारी गरेको, उद्योग मन्त्रालयले आयात ९ खर्व र निर्यात ७० अर्बको स्थिति खडा गरेको जिज्ञासा राख्दै सांसद सुवालले रक्षा मन्त्रालयले भारत र अमेरिकासँग बढी संयुक्त युद्ध अभ्यास गरेको तर छिमेकी देश चीनसँग कम गरेको विषय पनि उठाउनुभयो ।

सांसद सुवालले प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवासँग सिंहदरवारभित्रको व्यवस्थापन गर्न १० करोड आवश्यक भए सहर र नगरको फोहर व्यवस्थापन गर्न कति खर्च लाग्ने हो भन्ने जिज्ञासा राख्दै राष्ट्रपतिको लागि १६ करोडको गाडी किनने समाचार सत्य हो वा होइन, यदि सत्य भए काठमाडौं उपत्यकाको लागि त्यति महँगो गाडी आवश्यक नभएको, जनसम्पर्कको लागि जिल्लामा जान जीप उपयुक्त हुने हुँदा राष्ट्रपतिको गाडी खरिदमा कुन कुन दलालहरू संलग्न भए छानाबिन गर्नुपर्ने आवश्यकता औल्याउनुभयो ।

प्रम देउवाले राष्ट्रपतिको लागि गाडी किनने प्रस्ताव पेश भइनसकेको तर सुरक्षाको दृष्टिमा किन्दा हुने जवाफ दिए भने सिंहदरवारभित्रको फोहर व्यवस्थापन गर्न १० करोड खर्च लाग्ने प्रश्न आफूले बुझ्न नसकेको बताउनुभयो ।

पार्टीका अर्का सांसद डिल्लीप्रसाद काफ्लेले जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालयबारे जिज्ञासा राख्दै देशभित्र अनियन्त्रित

रुपमा भित्र्याइएका एसिडवाला ब्याट्री बनाउने कम्पनीले एसिड डिस्पोज गर्न नेपाललाई कर तिर्ने गर्छन् कि गर्दैनन् भन्ने जिज्ञासा राख्नुभयो ।

सांसद काफ्लेले भारत र निजी क्षेत्रले ऊर्जा मन्त्रालय र नेपाल विद्युत् प्राधिकरणलाई जलविद्युत् उत्पादन गर्न अवरोध पुऱ्याएको, नेपाल विद्युत् प्राधिकरणलाई टुक्राउन खोजेकोबारे मन्त्रीसँग जिज्ञासा राख्नुभयो । उहाँले यस वर्षको वार्षिक कार्यक्रममा जुम्लाको जवानदी जलविद्युत् आयोजना ५ मेगावाट, भेटी खोला, नेउरीगाड र चिउडी जलविद्युत् आयोजना समावेश किन गरिएन भन्ने प्रश्न गर्नुभयो ।

उहाँले कृषिमा आधारित उद्योगको विकास गर्न कति वटा उद्योगहरू चालू वर्षमा स्थापना भइ कति जना युवाले रोजगारी प्राप्त गरे वा गर्नेछन् भन्दै जौ, गौ, कोदो, फापरलगायतका बालीहरू नेपालमा उत्पादन हुँदा पनि विदेशबाट खरिद किन गरिन्छ भन्ने प्रश्न सोध्नुभयो ।

सांसद काफ्लेले पशु क्वारेन्टाइन सेवालाई व्यवस्थित र सुदृढ बनाउन के-के कार्यक्रमहरू सञ्चालित छन् भन्दै भारतले अतिक्रमण गरेको जग्गा फिर्ता लिन किन ढिलाइ गरिदैंछ भन्ने जिज्ञासा राख्नुभयो ।

उहाँले सहकारी संस्थामार्फत जनताको बचत बैकमा पुऱ्याई बैकर्स र पूँजीपति वर्गलाई

पोस्ने काम सहकारी तथा गरिबी मन्त्रालयले किन गर्दैछ भन्ने जिज्ञासा राख्नुभयो ।

उपप्रधानमन्त्री श्रेष्ठले सांसद काफ्लेको जिज्ञासाको जवाफ दिनुभयो । पार्टीका अर्का सांसद अनुराधा थापामगरले प्रधानमन्त्री कृषि आधुनिकीकरण आयोजनाको लागि खरिद भएको मलमा भ्रष्टाचार भएकोबारे प्रश्न गर्नुभयो ।

उहाँले मेलम्चीको पानी काठमाडौंमा ल्याउने भनिएको तीन दशैँ बितेको र यसपटक पनि बजेट र उपप्रमको जवाफमा मेलम्चीको पानी दशैँमा वितरण नहुने आयो । मेलम्ची आयोजनाले दशैँमा पानी नआउने बताइरहेकोबारे यथार्थ के हो ? भनी प्रश्न गर्नुभयो ।

सांसद थापामगरले महिला बालबालिका बेचबिखनको प्रमुख कारण नेपाल-भारत खुला सीमा हो यो नियमित गर्नेतर्फ महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय किन मौन भनी प्रश्न गर्नुभयो ।

उहाँले कुखुराको मासु र फुलमा नेपाल आत्मनिर्भर भएको समाचार सार्वजनिक भएलगत्तै खुला सीमालाई दुरुपयोग गरी भारतीय एकाधिकार पूँजीले नेपालमा बर्डफुल फैलाएकोबारे सरकार किन मौन भन्ने प्रश्न गर्नुभयो ।

सांसद थापामगरले नेपालको कुन नदीबाट कति सिंचाइ हुन्छ भन्ने तथ्याङ्कसहितको विवरण भारतीय एकाधिकार पूँजीको हातमा



पुऱ्याइएको समाचार के सत्य हो भनी प्रश्न गर्नुभयो ।

उहाँले एक्काइसौँ शताब्दीको विज्ञान र प्रविधिको युगमा पनि नेपाली चेलीहरू छाउगोठमा सर्प डसाई तथा बोक्सी आरोपले मर्नुपर्ने स्थिति कहिले अन्त्य हुने भन्ने प्रश्न गर्दै सरकारी अस्पताललाई गुणस्तरीय बनाइ पाँच वर्षभित्र निजी अस्पताल राज्यअन्तर्गत सञ्चालन गर्ने कार्यक्रम किन आउँदैन भन्ने जिज्ञासा राख्नुभयो ।

शान्ति तथा पुनःनिर्माण मन्त्रालयले शान्ति बिथोल्ने र पुनःनिर्माण गर्नुपर्ने गरी ध्वंस गर्ने र गराउनेहरूको किटान किन गर्न

नसकेको भनी प्रश्न गर्नुभयो ।

उपप्रधानमन्त्री एवं संघीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्री विजयकुमार गच्छदारसँग सांसद थापामगरले एउटा वडा गाविसलाई स्थानीय तहअन्तर्गतको एउटा गाउँपालिकाको एउटा बनाएर के सिंहदरवारको अधिकार जनताको घर दैलोमा पुग्छ भन्ने जिज्ञासा राख्दै उपप्रधानमन्त्री गच्छदारले यसपटकको उपप्रधानमन्त्री हुनु अघि दाङ जिल्लाको एउटा गाउँपालिकाको लम्बाई ५० किमि बनाइएकोमा विरोध गरेको के त्यो स्थानीय तह अब सहज भइसकेको हो भनी प्रश्न गर्नुभयो ।

ADMISSION OPEN!

PUSHPASADAN

BOARDING HIGH SCHOOL, KIRTIPUR, KATHMANDU

+2 SCIENCE & MANAGEMENT

014331917

014331827

URL www.pushpasadan.edu.np

www.facebook.com/puspasadan

Email: puspasadan@gmail.com



Grade of S.E.E. or Score in Entrance Test	Scholarship Offered			
	Quota	Regd.	Annual	Monthly
3.91 - 4.0	5	100%	50%	100%
3.81 - 3.9	5	75%	50%	75%
3.71 - 3.8	7	50%	50%	50%
3.61 - 3.7	12	40%	40%	40%
3.51 - 3.6	15	30%	30%	30%
3.41 - 3.5	20	30%	-	30%
3.26 - 3.4	20	25%	-	25%
3.0 - 3.25	20	15%	-	15%
PBHS Entrance Topper (Sci-1/Mgmt-1)		Free	-	Free
School Topper (Sci-1/Mgmt-1)		Free	-	Free

50% discount in tuition fees for those students who have excellent performance in the field of games and sports (Only for 15 students in total)

OUR SALIENT FEATURES

1. Spacious and well designed and digitalized class rooms
2. Long term vision and strong management team
3. Regular tests to evaluate students projected progress
4. 3E - teaching methodology
5. 3P - environment and location
5. Scholarship given to deserving students
7. Competitive, scientific and practical classes in all streams
8. Highly qualified and long experienced facilitators
9. Well-researched course of study and lesson plan
10. Special classes on various aspects of life from prominent figures of Nepal and foreign
11. Career counseling to help students realize and materialize what they are born for
12. Impeccable system of administration with strict discipline for students, teachers and staff

"Intelligence + Character is the goal of true education."

‘सय वर्षपछिको भक्तपुर’ पुस्तकको परिचर्चा सम्पन्न

भक्तपुर । देशका विशिष्ट संस्कृतिविद् र विद्वानहरूले शुक्रबार आयोजित एक समारोहबीच नेपाल मजदुर किसान पार्टीका अध्यक्ष नारायणमान बिजुक्छे (रोहित) को चर्चित कृति ‘सय वर्षपछिको भक्तपुर’ माथि परिचर्चा गर्नुभयो ।

नेपाल क्रान्तिकारी सांस्कृतिक संघ केन्द्रीय समितिको आयोजनामा भएको कार्यक्रममा विभिन्न क्षेत्रका विज्ञहरूले कृतिमाथि मिहिन समालोचना गर्नुभयो ।

कार्यक्रममा बोल्दै कृतिका लेखक बिजुक्छेले बीचमा कुनै पनि प्रकारको बाधा-व्यावधान नआए कृतिमा आफूले गरेको परिकल्पना पूरा हुन सय वर्ष पनि नलाग्ने तर ढिलामा पनि सय वर्षमा त्यस्तो समाज निर्माण हुने बताउनुभयो ।

भूगोलको आधारमा उत्पादन फरक-फरक हुने र उत्पादनको आधारमा संस्कृतिको विकास हुने गरेजस्तै कृतिमा परिकल्पना गरिएको समाज जिल्ला-जिल्लामा त्यहाँको परिस्थितिअनुसार फरक-फरक हुने उहाँको विचार थियो ।

काठमाडौं उपत्यकामा बसोबास विकासको विषयमा विज्ञहरूले दशकौं पहिले बनाएको प्रतिवेदनभन्दा आज ठीकविपरीत तरिकाबाट बस्ती विकास गरिएकोमा दुःख व्यक्त गर्दै उहाँले आफ्नो व्यक्तिगत वा कुनै समूह विशेषको

आग्रहमा काम हुँदा सबै क्षेत्र लथालिङ्ग भएको बताउनुभयो ।

कर्मचारीतन्त्र (व्युरोक्रेसी) र प्राविधिकतन्त्र (टेक्नोक्रेसी) पूँजीवादी समाजका खराब पक्ष भएको बताउँदै अध्यक्ष बिजुक्छेले स्मार्ट सिटी बनाउने नाममा केही राजनीतिक दलहरू हरित क्षेत्र विनासको काममा लागेको धारणा व्यक्त गर्नुभयो ।

नेपाली साहित्य तथा संस्कृतिका धरोहर, शताब्दी पुरुष सत्यमोहन जोशीले भक्तपुरका अभौतिक सम्पदालाई विश्व सम्पदामा दर्ता गर्नतिर अग्रसर हुनुपर्ने बताउनुभयो ।

‘भक्तपुरका नवदुर्गा र महाकाली नाचलाई विश्व सम्पदा बनाउनमा ध्यान दिनुपर्छ । तर हाम्रो संस्कृति मन्त्रालयलाई यस विषयमा कुनै वास्ता छैन ।’, जोशीले भन्नुभयो ।

बिजुक्छेले कृत कृति भक्तपुरका युवाहरूको लागि भविष्यको लागि निर्देशिका हुने बताउँदै उहाँले सम्पदा संरक्षणमा भक्तपुरमा उदाहरणीय काम भइरहेकोमा खुसी व्यक्त गर्नुभयो ।

चर्चा गरिएको पुस्तकमा लेखकका कल्पना, अभिव्यक्ति र विचार सत्यता र यथार्थमा आधारित भएको जोशीको भनाइ थियो ।

‘रोम एकै रातमा बनेको थिएन । भक्तपुर पनि एकै रातमा बनेको होइन । त्यसकारण भक्तपुरले आफ्नो संस्कृति



संरक्षणमा ध्यान दिनुपर्छ । यसमा नारायणमानजीको नेतृत्व हुँदै आएको खुसीको कुरा हो ।’, उहाँले भन्नुभयो ।

प्राध्यापक तथा समालोचक माणिकलाल श्रेष्ठले नारायणमान बिजुक्छेलाई ‘राष्ट्रवादी’ नेता भनेकोमा विमति जनाउँदै बिजुक्छेले क्रान्तिकारी मार्क्सवादी-लेनिनवादी भएकोले अन्तर्राष्ट्रवादी नेता भएको बताउनुभयो ।

‘राष्ट्रवादलाई एउटा दर्शनको रूपमा बुझ्दा कम्युनिष्टहरू राष्ट्रवादी हुने गर्दैनन् । बरु देशको स्वाधीनता आन्दोलनमा कम्युनिष्ट सबभन्दा अग्रसर हुने भएकोले नारायणमानजीलाई राष्ट्रिय स्वाधीनताको लागि लड्ने नेताभन्दा उपयुक्त हुनेछ ।’ प्राध्यापक श्रेष्ठले भन्नुभयो ।

कृतिमा संकलित लेखहरूबारे समालोचना गर्दै उहाँले लेखहरूले मूलतः द्वन्द्वात्मक भौतिकवादी दृष्टिकोण अँगालेको भए पनि कुनै ठाउँ कोरा भौतिकवादी

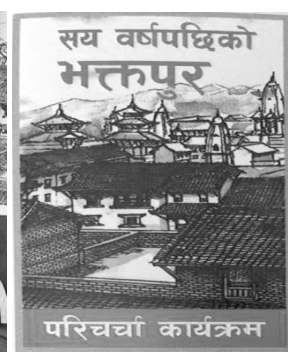
सिद्धान्तबाट प्रभावित भएको चर्चा गर्नुभयो ।

सय वर्षपछिको भक्तपुरमा परिकल्पना गरिएको समाज आगामी समय क्रान्तिकारी विचार बोकेका मानिसहरू अधि बढे सय वर्षभन्दा कम समयमा सम्भव हुने तर कुनै प्रतिगामी शक्तिको हातमा परे त्यो अवधिमा सम्भव नहुने बताउनुभयो ।

परिवर्तन र विकासको लागि मानवीय भूमिका पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुने उहाँको विचार थियो ।

वरिष्ठ अधिवक्ता कृष्णप्रसाद भण्डारीले गरिब जनताका छोराछोरीलाई पनि कानूनविद् बनाउन आफ्नै गोजीबाट पैसा राखेर पनि वकिल काम सिकाएको स्मरण गर्दै गाउँ-गाउँमा न्यायाधीश तयार गर्न सके न्याय व्यवस्था बलियो हुने विचार व्यक्त गर्नुभयो ।

जनताको, जनताको लागि र जनताद्वारा न्याय व्यवस्था स्थापना गर्न अभियानको आवश्यकता भएको अधिवक्ता



भण्डारीको भनाइ थियो ।

वरिष्ठ पत्रकार भैरव रिसालले आफूले आधा शताब्दीअघि भोगेको नेपाल र आजको नेपालमा निकै धेरै परिवर्तन आइसकेको अनुभूति सुनाउँदै राजनीतिक नेतृत्व सही दिशामा नभए देश कहाँ पुग्ने हो चिन्ताको विषय भएको बताउनुभयो ।

माटोले छाना छाएको घर हेर्न आफू २०२८ सालमा जुम्ला र हुम्ला पुगेको सुनाउँदै उहाँले नेपालको पूर्वी भाग सिन्धुली-बर्दिबासको बाटोबाट निकै कम समयमा पुगेको घटना आफ्नो अनुमानभन्दा परको बताउनुभयो । ‘दृढता र इमानदार सक्रियता भए छोटो समयमा निकै धेरै काम गर्न सकिने कुराका हामी आफैँ साक्षी छौं’, उहाँको भनाइ छ ।

संस्कृतिविद् तेजेश्वरबाबु ग्वङ्गले सरकारमा बसेका राजनीतिक दलहरूको साँघुरोपना र वैचारिकताको अभावका कारण खवप विश्वविद्यालय स्थापनामा

ढिलासुस्ती भएको तर भक्तपुरमा विश्वविद्यालय स्थापना यथार्थवादी श्रष्टाको दृष्टिकोण भएको बताउनुभयो ।

साहित्यकार डा. रामप्रसाद ज्ञवालीले नेपाल अधि नवदुर्गाको कारण राजनीतिक रुपान्तरण नभई सांस्कृतिक रुपान्तरण हुन नसक्नु भएको बताउनुभयो ।

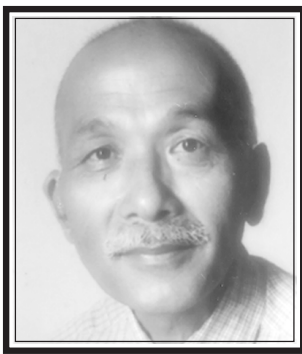
ठूला भनिएका क्रान्तिकारीहरू समेत लोभ र ईश्याका जुका नाकमा पालेर बसेका र पानी खाने समयमा मात्र त्यस्ता जुका बाहिर आउने गरेको चर्चा गर्दै आधारलाई भन्दा अधि रचनाप्रति ध्यान दिन नसक्दा नेपालको कम्युनिष्ट आन्दोलनमा समस्या देखिएको बताउनुभयो ।

सम्पदाकमी रवीन्द्र पुरीले बिजुक्छेका कृतिले आफूलाई भक्तपुरको सम्पदा संरक्षणमा आफूले गर्दै आएको कामलाई अभि अधि बढाउन ऊर्जा प्राप्त भएको बताउनुभयो ।

पत्रकार समाज नेपालका अध्यक्ष लक्ष्मणराज जोशीले चर्चा गरिएको कृतिले थप अध्ययन अनुसन्धानमा गहकिलो टेवा पुग्ने विचार व्यक्त गर्नुभयो । नेत्रासंसंघका केन्द्रीय अध्यक्ष सुन्दरराज गोसाइँले सभापतित्वमा भएको कार्यक्रममा नीरज लवजूले पनि बोल्नुभएको थियो ।

‘सय वर्षपछिको भक्तपुर’ पुस्तकको पहिलो संस्करण २०५९ सालमा प्रकाशित भएको थियो भने शुक्रबारको कार्यक्रममा दोस्रो संस्करण सार्वजनिक भएको हो ।

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

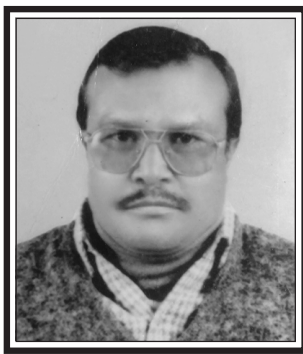


स्व. शुक्रसागर श्रेष्ठ

जन्मः
वि.सं. २०११



स्वर्गारोहणः
वि.सं. २०७४/०२/०४



स्व. हरि श्रेष्ठ

जन्मः
वि.सं. २००९/०२/०५



स्वर्गारोहणः
वि.सं. २०७४/०२/०८



स्व. नवीन महर्जन

जन्मः
वि.सं. २०२५/०९/०३



स्वर्गारोहणः
वि.सं. २०७४/०३/०९

यस संस्थाको शुभचिन्तक, संस्थाको उत्थान र विकासको लागि अग्रसर नेपालका सांस्कृतिक धरोहर पुरातत्वविद् श्री शुक्रसागर श्रेष्ठको जेठ ४ गते, आजीवन सदस्य कीनपा वडा नं. ५ निवासी श्री हरि श्रेष्ठको जेठ ८ गते र सदस्य कीनपा वडा नं. १ निवासी श्री नवीन महर्जनको असार ५ गते असामयिक स्वर्गारोहण भएकोमा हामी मर्माहत भएका छौं । स्वर्गवास हुने तीनै जनाप्रति हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं साथै शोक सन्तप्त परिवारजनहरूमा श्री श्री श्री बाघभैरव नाथले धैर्य धारण गर्ने शक्ति प्रदान गरौस् भनी हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं ।

निलकण्ठ अमात्य, अध्यक्ष

श्री बाघभैरव ज्येष्ठ नागरिक समाज परिवार

“स्वप्नदृष्टि” महाकाव्य सार्वजनिक

काठमाडौं । नेपाल मजदुर किसान पार्टीका अध्यक्ष एवं सांसद नारायणमान बिजुक्छे (रोहित) र नेपालका लागि प्रजग कोरियाका राजदूत किम योङ हकले शनिबार राजधानीमा आयोजित भव्य साहित्यिक जमघटबीच कवि डा.रामप्रसाद ज्ञवाली लिखित महाकाव्य ‘स्वप्नदृष्टि’ सार्वजनिक गर्नुभयो ।

कवि ज्ञवालीले समाजवादी देश प्रजग कोरिया र चीनको भ्रमणपश्चात् तीन सय चौबीस पुष्पको यात्रा महाकाव्य लेख्नुभएको हो ।

कार्यक्रममा बोल्दै अध्यक्ष रोहितले सार्वजनिक महाकाव्य ‘स्वप्नदृष्टि’ पढ्दा थोमस मोरको ‘कल्पनालोक’, प्लेटोको ‘गणराज्य’ र मायावस्कीको ‘लेनिनको सम्झना’ कृतिको याद दिलाएको बताउनुभयो ।

पुस्तकको भूमिकामा प्रा.डा. महादेव अवस्थी र डा.देवी नेपालले महाकाव्यबारे प्रस्तुत विचारप्रति सहमति जनाउँदै बिजुक्छेले पीडित राष्ट्र र देशको स्वतन्त्रता, स्वाधीनता र सार्वभौमिकताको समर्थन गर्नु, विस्तारवाद र साम्राज्यवादी युद्धको विरोध गर्नु र तिनै उद्देश्यबाट रचित साहित्य र कला प्रगतिशील हुने धारणा राख्नुभयो ।

‘प्रगतिशील साहित्यले सदा शोषण, अन्याय, अत्याचार र थिचोमिचोको विरोध गर्छ भने मित्रता, मेलमिलाप र शान्तिको समर्थन गर्छ । यो नारा होइन,

कीर्तिपुर नपाको.....

गरेकामा पूँजीगततर्फ रु. ५६ करोड ९५ लाख र चालुतर्फ रु. १२ करोड बजेट विनियोजन गरेको छ ।

जस अनुसार खानेपानीको लागि रु. १९ करोड, नगर सडकका लागि रु. पाँच करोड, युवालाई स्वरोजगार बनाउनका लागि रु. एक करोड, नगर बस सञ्चालन गर्न ५०



नीति हो’, उहाँले भन्नुभयो ।

कोरियाली क्रान्तिकारी नेता किम इल सङको व्यक्तित्वमा महाकाव्यको नायकमा हुनुपर्ने सबै गुण भएको चर्चा गर्दै उहाँले कोरियाली जनताको भावनाविपरीत साम्राज्यवादी शक्तिको योजनाअनुसार कोरिया विभाजित गरिएको बताउनुभयो ।

‘कोरियाको युद्ध दुई देशबीचको लडाईंमात्र होइन, संरा अमेरिकी साम्राज्यवाद-नाटो देश र एसियाली देशहरूबीचको संघर्ष हो । दुई कोरियालाई संरा अमेरिकी तथा नाटो साम्राज्यवादले मिल्न दिएको छैन ।’, अध्यक्ष बिजुक्छेले भन्नुभयो ।

महाकाव्यका स्रष्टा रामप्रसाद ज्ञवालीले प्रजग कोरियाबारे पूँजीवादी सञ्चारमाध्यमहरूले गरेको प्रचार आफू स्वयं त्यहाँ पुगेपछि झुटा भएको देखेको बताउनुभयो ।

प्रजग कोरियाजस्तो

लाख, सामुदायिक विद्यालयमा कम्प्युटरका लागि रु. ५० लाख बजेट छुट्याएको छ ।

सभाले कीर्तिपुरको विकास योजना बनाउनका लागि पूर्व प्रमुख हिराकाजी महर्जनको संयोजकत्वमा कीर्तिपुर विकास परिषदसमेत गठन गरेको छ । यसैगरी सभाले वडा नं. ४ र ६ बाहेक प्रत्येक वडामा रु. ५० लाख बजेट विनियोजन गरेको छ

अनुशासित समाज भए नेपाल ५-६ वर्षको अन्तरालमा विकसित देश बन्ने उहाँको भनाइ थियो ।

कार्यक्रममा समालोचक प्रा.डा.महादेव अवस्थी, कवि मित्रलाल पञ्जनी, प्रा.डा. हेमचन्द्र नेपाल, साहित्यकार माया ठकुरी, सोन्नुन अध्ययनको लागि नेपाली साहित्यिक मञ्चका शंकर भारतीयगायतले महाकाव्यका विविध पक्षबारे बोल्नुभएको थियो ।

आयोजक जनमत वाङ्मय प्रतिष्ठानका अध्यक्ष एवं साहित्यकार मोहन दुवालको सभापतित्वमा भएको कार्यक्रममा गायकहरू रामकृष्ण दुवाल, शिशिर योगी र दामोदर अधिकारीले स्रष्टा ज्ञवालीरचित गीतहरू गाउनुभएको थियो । ज्ञवालीको ‘स्वप्नदृष्टि’ सातौं काव्य कृति हो । उहाँले हालसम्म ४० भन्दा बढी पुस्तकको एकल लेखन गर्नुभएको छ ।

। वडा नं. ४ र ६ ग्रामीण क्षेत्रमा पर्ने भएकाले रु. ७० लाख बजेट विनियोजन गरिएको छ । सभाले मधुमेह र उच्च रक्तचापका वृद्धा बिरामीलाई निःशुल्क औषधि उपचारको व्यवस्था गर्ने निर्णय गरेको छ ।

यस्तैगरी एकै बैंकबाट दिइरहेको सामाजिक सुरक्षा भत्तालाई अन्य बैंकबाट पनि दिलाउने निर्णय गरेको छ ।

आदेशको भरमा स्थानीय तह सञ्चालनले निरंकुशताको खतरा

सुनिल प्रजापति, प्रमुख भनपा

काठमाडौं । भक्तपुर नगरपालिकाका प्रमुख सुनिल प्रजापतिले आदेशको भरमा स्थानीय तहको सञ्चालनले निरंकुशताको खतरा रहेको बताउनुभयो ।

व्यवस्थापिका-संसद सुशासन तथा अनुगमन समितिद्वारा सिंहदरवारमा आयोजित ‘सुशासन प्रबर्द्धन कार्यमा समिति, स्थानीय निकायको सहयोग र सहकार्य’ सम्बन्धी अन्तरक्रिया कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख प्रजापतिले जनताको पक्षमा स्पष्ट कानुनको निर्माण र त्यसको सही कार्यान्वयनविना सुशासन सम्भव नभएको बताउनुभयो ।

उहाँले भन्नुभयो- ‘सुशासनको अर्थ राम्रो शासन व्यवस्था हो । राम्रो शासन व्यवस्थाको निम्ति कानुन अनिवार्य छ । तर स्थानीय तह सञ्चालनसम्बन्धी विधेयक संसदमा विचाराधीन छ । त्यसले प्राथमिकता पाएको छैन । यस्तो अवस्थामा हामी सुशासनको कुरा कसरी गर्न सक्छौं ?’

असार २० गते सर्वोच्च अदालतको आदेशले मेयरले प्रयोग गर्दै आएको अनियमित घर निर्माण गर्ने, नक्साभन्दा हेरफेर गरी घर निर्माण गर्नेलाई पूर्ण वा आंशिक

भत्काउने आदेश दिने वा जरिवाना गर्ने काम पनि रोकेको छ । न्यायिक समितिले काम गर्न कुनै कानुन बनेको छैन- उहाँले भन्नुभयो ।

कानुनको अभावमा ऐतिहासिक, सांस्कृतिक र पुरातात्विक महत्त्वका वस्तुहरू मासिदै गइरहेकोतर्फ संकेत गर्दै उहाँले सांसदहरूलाई स्थानीय तहसम्बन्धी विधेयक शीघ्र पारित गरी कार्य गर्न सहज बनाई दिन आग्रह गर्नुभयो ।

ल लिल त पुर महानगरपालिकाका प्रमुख चिरिबाबु श्रेष्ठले प्रजातन्त्रमा जनप्रतिनिधिहरूलाई आदेश दिन नमिल्ने बताउँदै हात खुट्टा बाँधेर जनप्रतिनिधिहरूले काम गर्न सक्दैनन् भन्नुभयो ।

उहाँले १५ वर्षसम्म जनप्रतिनिधि नहुँदा प्रशासन तहस नहस भइसकेको, महाशाखाले काम गर्न नसकेको बताउँदै महानगरपालिका सञ्चालन गर्न समस्या भएको बताउनुभयो ।

भक्तपुर नगरपालिकाका उपमेयर रजनी जोशीले भक्तपुर नगरपालिकाद्वारा सञ्चालित ख्वप इन्जिनियरिङ्ग कलेजले अरू देशका विश्वविद्यालयहरूसँग पनि समन्वय गरी कार्य गरिरहेको बताउँदै

कलेजले अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन सम्पन्न गरेको संसदीय समितिलाई जानकारी दिनुभयो । काठमाडौं महानगरपालिकाका उपमेयर हरिप्रभा खड्गी श्रेष्ठले सिंहदरवार घरदैलोमा पुग्यो भनी सरकारले घोषणा गरे पनि कानुनले बाँधी राखेकोले केही गर्न नसकेको बताउनुभयो ।

समयमा कानुन निर्माण गरिएन भने असोज २ अघि देशभरका उपमेयरहरूको भेला बोलाई दबाबमूलक कार्यक्रम गर्न आफू बाध्य हुने बताउनुभयो ।

सांसद मोहन सिंह राठौरको सभापतित्वमा सम्पन्न अन्तरक्रिया कार्यक्रममा सांसदहरू जनकराज जोशी, ध्यानगोविन्द रञ्जितलगायतले मेयर र उपमेयरहरूले बोल्नुभएको विषयलाई आफूहरूले गम्भीरताका साथ लिएको र त्यसबारे सरकारसमक्ष राख्ने वचनबद्धता व्यक्त गर्नुभयो ।

सभापति राठौरले प्रतिबद्धता र इमानदारिता भए स्थानीय तहले धेरै काम गर्न सक्ने बताउँदै सम्पदा संरक्षणको लागि निर्माण सामग्री प्राप्त गर्न सहज बनाउनेतर्फ आफूहरूले पहल गर्ने बताउनुभयो ।

पाठक आवाज: रमेश

आँखा खोल मेयर साहेव: ढल र सडक बरवाद

कीर्तिपुर नगरपालिकामा स्थानीय जनप्रतिनिधि निर्वाचित भएको भण्डै २ महिना हुन लाग्यो । बाटो बिस्तारमा भूमाफियाहरूको चंगुलमा फसेको आरोप समेत खानुप्यो ।

नयाँबजार तीन कुनेबाट लेवोरेटरी स्कूलसम्मको

सडक बनाएको एक हप्तामै छियाछियाको सामना गर्नुप्यो । त्यति मात्र नभई कीनपा वडा नं. ९ स्थित टाउन प्लानिङ्गमा ढल प्लानिङ्गको पनि सामना गर्नुप्यो ।

आँखा खोल मेयर साहेव बाटो बिस्तार गर्नुछ भने कहाँसम्म कुन मापदण्डमा एक टुक्रा बाटो

फराकिलो पारेर स्मार्ट सिटी बनाउने सोच नराख्नुस् ।

कहाँ स्मार्ट कहाँ बिस्मात कस्तो शहरको कल्पना गर्नुभयो ? नयाँ सडक एक हप्तामै बिग्रियो कसको कमजोरी पत्ता लगाउनुस् । टाउन प्लानिङ्गमा सडकमै ढलमति भएको देख्नु भएन ?



फोटो: अनिल बन्धु

कीर्तिपुर नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालयका लागि घर, कोठा भाडामा लिने सम्बन्धी

सूचना

(प्रथम पटक प्रकाशित मिति २०७४।०३।३०)

कीर्तिपुर नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय प्रयोजनको लागि कम्तिमा ४००, बढीमा ६०० वर्ग फिट सम्म कोठाको भित्री क्षेत्रफल (४ देखि ५ वटा सम्म कोठा भएको घर बढीमा ६ महिनाका लागि भाडामा लिनुपर्ने भएको हुँदा भाडामा दिन इच्छुक घरधनीहरूले यो सूचना प्रकाशित मितिले ७ दिन भित्र तपशिल बमोजिमका कागजात एवं विवरण खुलाएर तोकिएको फाराम (पछि फिर्ता नहुने गरी रु. ३००।- भुक्तानी गरी नगरपालिका कार्यालयबाट लिने सकिने) भरी यस नगरपालिका कार्यालयमा सिलबन्दी प्रस्ताव पेश गर्नु हुन अनुरोध छ ।

तपशिल:

(क) घर आवश्यक भएको क्षेत्र वा स्थान: हाल कीर्तिपुर रिङ्गरोड तथा त्यसबाट ५०० मिटरको दूरी पर्ने ।
(ख) भाडामा लिन खोजेको घरको प्रकृति, क्षेत्रफल र अन्य आवश्यक विवरण: फुल्याट सिस्टममा बनेको, फुल्याटमा छुट्टै शौचालय भएको, छुट्टा फुल्याटमा शौचालय बाहेक ४०० देखि ६०० वर्ग फिट सम्म भित्री क्षेत्रफल भएको, घर कम्पाउण्डमा कठितमा १० वटा मोटरसाईकल र २ वटा हलुका सवारी साधन पार्किङ्ग गर्ने ठाउँ भएको ।

(ग) सार्वजनिक खरीद नियमावली, २०६४ को नियम ९४ को उपनियम (४) बमोजिमको समितिले निर्धारण गरेको दररेटमा घर भाडामा लिइने छ ।

(घ) प्रस्ताव पेश गर्ने तरिका र संलग्न गर्नु पर्ने न्यूनतम विवरण:

- प्रस्ताव सिलबन्दी गरी पेश गर्नु पर्नेछ ।

- प्रस्ताव साथ जग्गाधनी दर्ता प्रमाण पूर्जा, घरको भवन निर्माण ईजाजत पत्र तथा निर्माण सम्पन्न प्रमाणपत्र, अधिल्लो आ.व. सठमको घरजग्गा कर तथा मालपोत तिरेको कागजात ।

(ङ) प्रस्ताव दाखिला गर्ने स्थान र अन्तिम मिति: कीर्तिपुर नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, देवढोका, मिति २०७४ श्रावण ५ गते सम्म

(च) भाडा भुक्तानीका शर्तहरू र कर कटौतीको विषय: प्रचलित कानून बमोजिम अग्रिम कर कटौती गरिनेछ ।

कीर्तिपुर नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

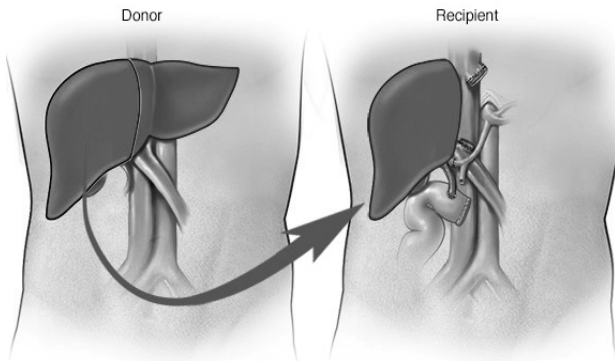
कीर्तिपुर, फोन नं.४३३९६५३

वेबसाईट: www.kirtipurmun.gov.np,

फेसबुक पेज: /facebook.com/हेलो कीर्तिपुर नगरपालिका, कीर्तिपुर



भक्तपुरमै दोस्रोपटक कलेजो प्रत्यारोपण



भक्तपुर । मानव अङ्ग प्रत्यारोपण केन्द्रले दोस्रोपटक कलेजोको सफल प्रत्यारोपण गरेको छ । केन्द्रले अब प्रत्येक महिनामा कलेजो प्रत्यारोपण शल्यक्रिया गर्ने भएको छ ।

काठमाडौँको लगन बस्ने ५७ वर्षीय हीराकाजी महर्जनको ११ घण्टा लगाएर कलेजो प्रत्यारोपण गरिएको हो । महर्जनलाई छोरी सरिताले कलेजो दान दिनुभएको हो । जुन कलेजो गएको असार १८ गते सफल प्रत्यारोपण गरिएको हो । केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक डा. पुकारचन्द्र श्रेष्ठका अनुसार करिब ३० जना चिकित्सक तथा नर्सहरूको टोलीबाट सफल कलेजो प्रत्यारोपण भएको हो । कलेजो प्रत्यारोपण विशेषज्ञ, शल्यचिकित्सक तथा प्राध्यापक डा. सुभास गुप्ताको सहयोगमा दोस्रोपटक सफल कलेजो प्रत्यारोपण भएको हो ।

डा. गुप्ता भारतको नयाँदिल्लीस्थित म्याक्स हेल्थकेयरका लिभर तथा बिलाइरी साइन्सेसका प्रमुख हुनुहुन्छ । डा. गुप्ताको नेतृत्वमा भारतका १०

जना प्राविधिकहरूको टोली प्रत्यारोपणमा संलग्न रहेको थियो । नेपाली टोलीको नेतृत्व भने केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक डा. श्रेष्ठले नै गर्नुभएको थियो । नेपाली टोलीमा केन्द्रका डा. सुबोध अधिकारी, डा. क्षेतेनयोज्ञन तामाङ, डा. प्रवीण जोशी, डा. आरती राई, डा. किरण अधिकारी, डा. महालक्ष्मी देउजा, डा. दीपेश गुरूवाचार्य, डा. निरज जोशी, डा. सुवास आचार्यलगायत संलग्न हुनुभएको केन्द्रले जनाएको छ ।

केन्द्रले गएको मंसिर २२ गते नेपालमै पहिलो पटक सफल कलेजो प्रत्यारोपण गरेको थियो । उक्त प्रत्यारोपण दक्षिण कोरियाली कलेजो प्रत्यारोपण विशेषज्ञको टोलीले प्राविधिक सहयोगमा गरेको थियो । केन्द्रका कन्सल्टेन्ट फिजिसियन तथा पेटरोगरकलेजो रोग विशेषज्ञ डा. निरज जोशीले नेपालमा हरेक वर्ष एक हजारभन्दा बढीको कलेजो फेल भएको पाइएको बताउनुभयो । अध्ययनअनुसार नेपालमा करिब ८ लाख मानिसमा कलेजोसम्बन्धी केही न केही रोग लागेको देखिन्छ ।

भक्तपुर नपाको....

तोकेबमोजिमका साँस्कृतिक परिचय भल्किने घर निर्माण गर्न जनता बाध्यकारी नहुने भएकोले त्यससम्बन्धि कानुन बनाउन सरकार अग्रसर हुन जरुरी छ ।', अध्यक्ष रोहितले भन्नुभयो ।

उहाँले चीनको ९ हजार ९ सय ९९ चोक भएको फोरबिडन प्यालेस उत्खनन गरेजस्तै भक्तपुर दरबार क्षेत्रको ९९ चोक उत्खनन गर्न नगरपालिकाले ध्यान दिनुपर्ने बताउनुभयो ।

खुप विश्वविद्यालय शिक्षालाई उत्पादन श्रमलाई जोड्ने सिद्धान्तमा आधारित हुनुपर्ने बताउँदै मातृभाषामा शिक्षा दिने र संस्कृति तथा खेलकुदको अलग विद्यालयहरू स्थापनामा ध्यान दिन सल्लाह दिनुभयो ।

नगरपालिकामा डेरा गरी बसेका सबै बासिन्दाको तथ्याङ्क संकलनमा पनि स्थानीय सरकारले ध्यान दिनुपर्ने उहाँको भनाई थियो ।

भक्तपुर नपाका पूर्वप्रमुख एवं सांसद प्रेम सुवालले नवौ पञ्चवर्षीय योजनादेखि नै भक्तपुर नपालाई साँस्कृतिक नगर बनाउने बुँदा उल्लेख भए पनि हालसम्मका सरकारले यस विषयमा गम्भीर प्रयास नगरेको बताउनुभयो ।

उहाँले जनताको पैसा ठाने सहकारी संस्थालाई कार्यवाही गर्न र भूकम्प पीडित जनतालाई राहत वितरणमा सरकारले

प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्न नसकेकामा संसदमा आफ्नो संघर्ष जारी रहेको बताउनुभयो ।

भक्तपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी द्रोण पोखरेलले शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा भक्तपुरमा विगतदेखि नै स्थानीय सरकारले लगानी गर्ने उदाहरणीय काम गर्दै आएको हुनाले आगामी दिनमा पनि जनताको अपेक्षा अनुसार प्रभावकारी काम गर्न नगरपालिका सफल हुने आशा व्यक्त गर्नुभयो ।

उहाँले जनताका असीमित अपेक्षा पूरा गर्न संस्थागत क्षमता विकासमा पनि जनप्रतिनिधिहरूले ध्यान दिनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

प्राध्यापक पृथुचरण वैद्यले विद्यालयमा शारीरिक शिक्षाको विकासको लागि पूर्वाधार निर्माणमा नगरपालिकाले ध्यान दिनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

मातृभाषामा शिक्षा दिन काम थाल्ने गर्नुपर्ने उहाँको जोड थियो ।

संस्कृति विद् तेजेश्वरबाबु र्वगले दरबार क्षेत्रको लालबैठकलाई पुरानो वास्तुअनुसार पुनर्निर्माण गर्न छलफल गर्नुपर्ने र विद्यालय तहका विद्यार्थीहरूलाई संस्कृति र सम्पदाबारे जानकारी दिने कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्ने बताउनुभयो ।

उद्घाटन कार्यक्रममा उपप्रमुख रजनी जोशी, भक्तपुर नपाका कार्यकारी अधिकृत रोहितराज पोखरेल, इतिहासकार पुरुषोत्तम लोचन श्रेष्ठ, वास्तुकलाशास्त्री राजेन्द्र हाडालगायतले पनि बोल्नुभएको थियो ।

किन गर्ने बिरामी नपर्दै 'होल बडी चेकअप' ?

— प्रस्तुति: डिबी खड्का

लुम्बिनी विकास कोष, रुपन्देहीका सूचना प्रमुख ४० वर्षीय हरिध्वज राई दुई महिनाअघि काम विशेषले काठमाडौँ आइपुगे । त्यस्तो कुनै बिमारको आशंका नभए पनि काठमाडौँ आएको मौकामा शरीरको हालखबर बुझिराख्नुपथ्यो भनेर उनले निजामति अस्पतालमा 'मास्टर हेल्थ चेकअप' गराए । रिपोर्टले उनको किडनीमा समस्या देखायो । किडनीका केही कोष बढेको भन्दै डाक्टरले उपचार थाल्न सल्लाह दिए । मानव प्रत्यारोपण केन्द्रका डा. नारायण भुसालले उनको सर्जरी गरे । अहिले राईले स्वास्थ्य लाभ लिइरहेका छन् । डा. भुसालका अनुसार समयमै राईको समस्या पत्ता लागेकाले उनको उपचार समयमै मात्र होइन, सस्तोमै भयो । डा. भुसाल भन्छन्, 'लक्षण नदेखिँदै जाँच गरेकाले समस्या जटिल भएर क्यान्सर हुन पाएन । किडनीका साथै ज्यान जोगाउन सकियो । लक्षण देखिएपछि अस्पताल आएको भए क्यान्सर भइसकेको हुनसक्थ्यो ।'

निजामति अस्पतालका फेमिली मेडिसिन विभाग प्रमुख डा. दिनेश लम्साल सात वर्षको अवधिमा धेरैले बेलेमा परीक्षण गराएर लाभ लिएको बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'कतिको पत्थरी देखिएको छ । कतिमा डायबिटीज देखिएको छ । कतिमा मुटु र किडनी सम्बन्धी समस्या ।'

अधिकांश नेपाली थला पर्ने गरी बिरामी नभई अस्पतालको दैलो ढक्ढक्याउँदैन् । कतिपय त 'बिस्तारै ठिक भइहाल्ला नि' भनेर शरीरको सानोतिनो दुःख सहेर बसिदिन्छन् । तर, शरीरका कतिपय अंगको समस्यामा लक्षण देखिँदासम्म निकै ढिलो भइसक्ने भन्दै अचेल चिकित्सकहरू बेला-बेला आफ्नो स्वास्थ्य जाँच गरिरहन सुझाउँछन् । विभिन्न ल्याब र अस्पतालले यसका लागि प्याकेज बनाएका छन् । विभिन्न उमेर र रोगका आधारमा ६-६ महिना वा एक वर्षको अन्तरमा गर्नुपर्ने चेकजाँचहरू उक्त प्याकेजमा राखिएको हुन्छ ।

के-के जाँच गरिन्छ ?

औषधी उपचारका विषयमा सचेत नेपालीको जिब्रोमा भुइँडिएको शब्द हो 'होलबडी चेकअप' । तर, यथार्थमा विभिन्न अस्पताल र ल्याबले बनाएको 'होलबडी चेकअप'का प्याकेजमा चाहिँ पूरै शरीरको जाँच हुँदैन । राष्ट्रिय जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला टेक्की वरिष्ठ कन्सल्टयान्ट प्याथलोजिस्ट डा. रुना भन्ना 'होलबडी' शब्दका कारण कतिपयमा भ्रम सिर्जना भएको बताउँछिन् । उनी भन्छिन्, 'एकपल्ट यो प्याकेज अन्तर्गत स्वास्थ्य परीक्षण गराएकाहरू आफूमा कुनै रोग नरहेको भ्रममा हुन्छन् । त्यो गलत हो ।'

खास गरी ल्याब परीक्षण बिरामीको लक्षणमा आधारित हुन्छ । हरेक अंगको परीक्षण हुन सक्छ तर एउटा मानिसलाई सामान्य अवस्थामा सबै खालका परीक्षण जरुरी नहुने र कतिपय परीक्षणका 'साइड इफेक्ट' पनि हुने भएकाले लक्षण नदेखिँदासम्म गराइँदैन । निश्चित उमेर पार गरेकालाई केही विशेष खालका रोगहरू लाग्ने सम्भावना हुने भएकाले तिनलाई ध्यान दिएर स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने चलन छ ।

राष्ट्रिय जनस्वास्थ्य प्रयोगशालाले पनि सामान्य अवस्थामा के कुराको चेकजाँच गर्ने भनेर कुनै गाइडलाइन बनाएको छैन । विभिन्न प्रयोगशाला र ल्याबले अन्तर्राष्ट्रिय प्रचलन अनुसार आफ्नै खालका

प्याकेज बनाएर प्रयोगमा ल्याएका छन् ।

नेपालमा गुणस्तरीय ल्याबका रूपमा अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता पाएको पुल्चोकस्थित सम्यक डाइग्नोस्टिक प्रालिका अनुसार सामान्य अवस्थाका व्यक्तिको बायोकेमेस्ट्री, क्लिनिकल प्याथोलोजी र हेमाटोलोजी गरी तीन भागमा विभाजन गरेर जाँच गरिन्छ । 'एक्जुक्युटिभ हेल्थ चेकअप' नाम दिइएको यो प्याकेजमा ग्लूकोज फास्टिङ, युरिक एसिड, किडनी फङ्सन टेस्ट, लिभर फङ्सन टेस्ट, लिपिड प्यानल/प्रोफाइल, युरिन रुटिन, स्टुल रुटिन र हेमाटोलोजी जाँचलाई समावेश गरिएको छ । यसैगरी, नर्भिक अस्पताल, राष्ट्रिय जनस्वास्थ्य प्रयोगशाला लगायतका स्वास्थ्य संस्थामा पनि उमेर, रोगका लक्षण र सम्भावित रोगका आधारमा स्वास्थ्य परीक्षणका विभिन्न प्याकेज छन् ।

सम्यकका निर्देशक तथा प्याथोलोजिस्ट डा. देविश प्याकुरेलका अनुसार नियमित स्वास्थ्य परीक्षणमा विश्वव्यापी रूपमा शरीरका महत्वपूर्ण अंगहरू मुटु, कलेजो, किडनी र रगतमा सुगरको मात्राको जाँच गर्ने गरिएको छ । उनी भन्छन्, 'शरीरमा कुन तत्वको मात्रा कतिसम्म हुँदा ठीक हुन्छ भन्ने विश्वव्यापी मापदण्ड छ । त्योभन्दा बढी वा घटी के छ भनेर यो जाँचबाट पत्ता लाग्छ । जस्तो: किडनी जोखिममा पर्ने सम्भावना के-कस्ता छन् भनेर त्यसमा हुने विभिन्न तत्वहरू युरिया, क्रियाटिनिन, सोडियम र पोटासियमको मात्रा हेर्ने गरिन्छ । यी तत्वको घटीबढीका आधारमा मिर्गौलाको स्थिति थाहा हुन्छ ।'

बिरामी नहुँदै गरिने यस्ता स्वास्थ्य परीक्षण सामान्य रूपमा हेर्दा ४० वर्षमुनिका मानिस लक्षित हुन्छन् । त्यसैले सामान्य परीक्षणका रूपमा डाइबिटीज, मुटुसम्बन्धी रोगहरू, क्यान्सरको जोखिम, मिर्गौलासम्बन्धी रोगहरूलाई ध्यानमा राखेर प्याकेज बनाइने निजामति अस्पतालका डा. लम्सालको भनाइ छ । उनले भने, '४० वर्षमाथि सुगरको जाँच अनिवार्य गरिएको हुन्छ । त्यसमा पनि प्याकेजका रूपमा 'फास्टिङ' राख्ने गरिन्छ ।' फास्टिङ भनेको बिहानको खाली पेटमा रगतमा भएको चिनीको मात्रा परीक्षण गर्ने विधि हो । उनका अनुसार अर्को एर्चबिएनसी परीक्षण हो, जसबाट पछिल्लो तीन महिनामा रगतमा भएको चिनीको मात्राको परीक्षण गरिन्छ । उनी भन्छन्, 'यसले पछिल्लो तीन महिनाको औषधी 'ब्लड ग्लूकोज'को मात्रा देखाउँछ । प्रायः ल्याबहरूले यसलाई पनि परीक्षणमा समावेश गरेका हुन्छन् ।'

यी प्याकेजमा रहेका जाँचहरू 'नन इन्भेजिब टेस्ट' हुन् । शरीरका नमूनाहरू लिएर गरिने परीक्षण नन इन्भेजिब टेस्टमा समावेश हुने गरेको डा. रुना भन्ना बताउँछिन् । यसमा एक्स रे, अल्ट्रासाउन्ड, एमआरआई, सिटी स्क्यान जस्ता परीक्षण समावेश हुँदैनन् । त्यसैले अहिले 'होडबडी' भन्ने गरिएको प्याकेजमा पूरै शरीरको जाँच हुँदैन । यी बाहेकका शरीरका अंगको जाँच गर्दा साइड इफेक्ट हुने भएकाले लक्षण नदेखिई परीक्षण गरिँदैनन् ।

किन गर्ने जाँच ?

काठमाडौँ बालकुमारीका ३० वर्षीय समिर काकीलाई स्वास्थ्यमा केही समस्या छ जस्तो लागेको थिएन । उनको शरीर हड्काट्टा नै छ, प्रयोगशाला र ल्याबले अन्तर्राष्ट्रिय प्रचलन अनुसार आफ्नै खालका

थिएन । जब स्वास्थ्य मन्त्रालयले 'मेरो वर्ष २०७४' अभियान अन्तर्गत 'म स्वस्थ, मेरो देश स्वस्थ'का लागि पाँच प्रतिबद्धता जनाउन सबै नागरिकलाई आग्रह गर्‍यो । तब उनी कार्यरत कम्पनीले पनि सबै स्टाफको स्वास्थ्य परीक्षण गराउने भयो । कुनै रोगको संकेत नभए पनि स्टाफको हुलमा मिसिएर उनी पनि पुगे स्वास्थ्य परीक्षण गराउन ।

रिपोर्टमा अरु सबै ठिकठाक भए पनि कलेजोमा केही समस्या देखियो । चिकित्सकले बोसोजन्य खाद्य पदार्थको प्रयोग र मदिरा सेवनलाई नियन्त्रण गर्न सल्लाह दिए । यसैगरी, उनको नयाँ काम थपियो, दैनिक व्यायाम । उनी भन्छन्, 'मदिरा तथा चिल्लोजन्य खानेकुरा कम गर्नुपर्छ र व्यायाम गर्नु पर्छ भन्ने कुरामा त म सचेत नै हो तर कहिल्यै जाँगर चलेको थिएन । जब थोरै भए पनि कलेजोमा समस्या देखियो । मैले मदिरा र बोसोजन्य खानपान ज्यानकै छाडेको छु । एक्सरसाइज पनि नियमित गर्न थालें । थाहा नपाउन्जेल त केही मतलब नहुँदो रहेछ, अलेली समस्या छ भन्ने थाहा पाएपछि आफै सचेत होइँदो रहेछ ।' उनका अनुसार एकातिर आफू सम्भावित जोखिममा रहेको कुराले सचेत गराएको छ भने अर्कातिर जीवनशैली स्वस्थ बन्दै गएको छ ।

हृदयाघात भन्ने बित्तिकै धेरैको मुटु यत्तिकै हल्लिन्छ । नर्भिक इन्टरनेसनल अस्पतालका मुटुरोग विशेषज्ञ डा. शेखर राजभण्डारी हृदयाघात हुने अवस्थामा आइपुग्न मुटुले विभिन्न चरण पार गर्ने बताउँछन् । मुटु कतिको जोखिममा छ भनेर 'लिपिड प्रोफाइल' हेर्ने गरिन्छ । उनका अनुसार रगतमा बोसोको मात्रा हेर्ने यो विधि अपनाइन्छ । रगतमा फ्याटको मात्रा बढी भएमा हर्ट अट्याकको जोखिम बढाइदिने भएकाले पहिले नै सावधानी अपनाउन यो परीक्षण गर्नु उपयुक्त हुन्छ । रगतमा बोसोको मात्रा बढी भएमा रक्तनलीमा त्यसले एक खालको तह निर्माण गर्छ र पछि रक्तनली साँघुरिएर हृदयाघात हुनसक्ने भएकाले यो परीक्षणबाट बेलेमा लाभ लिन सकिन्छ ।

आफूलाई स्वस्थ ठानेर 'एकपल्ट चेकअप गराइहालौं' भनेर स्वास्थ्य परीक्षण गराउन आइपुग्नेहरू मध्ये कतिपयको मुटुमा ९० प्रतिशतसम्म 'ब्लेज' भेटिएको डा. राजभण्डारी बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'नियमित परीक्षणका लागि नआएको भए उनीहरूमा हृदयघात हुने सम्भावना उच्च थियो ।'

यसैगरी, कलेजोमा समस्या उमेरभन्दा पनि अन्य कारणले आउने गर्छ । जुनसुकै उमेर समूहको व्यक्तिको पनि कलेजोमा खराबी आउन सक्ने भएकाले कलेजो परीक्षण यस्ता प्याकेजमा छुटाइएको हुँदैन । कलेजो र मिर्गौलाको समस्यामा पनि लक्षण देखिँदासम्म ढिलो भइसक्ने हुनाले बेला-बेलामा जाँच गराउन चिकित्सकहरू सल्लाह दिन्छन् ।

कहिले गर्ने जाँच ?

स्वस्थ मानिसले ६ महिनादेखि १ वर्षको अन्तरमा स्वास्थ्य परीक्षण गरेको राम्रो मानिन्छ । स्वास्थ्य परीक्षणका क्रममा कुनै नतिजा असामान्य खालको देखिएमा उनीहरूलाई भने नियमितभन्दा छिटो परीक्षण गर्न डाक्टरहरूले सुझाउने गरेका छन् । जस्तो: कसैलाई मधुमेह देखिएमा ६ महिना वा एक वर्षको साटो त्योभन्दा छिटो नै रगतमा

सुगरको परीक्षण गराउनुपर्छ ।

कुन उमेर समूहका मानिसले यसरी नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने भन्नेबारे कुनै नियम छैन । तर पनि २० देखि ४० वर्षको मानिसलाई यो समूहमा राखेर नियमित स्वास्थ्य परीक्षणको सल्लाह दिन सकिन्छ । साथै, जति उमेर बढ्दै गयो, उति नै रोगको सम्भावना बढ्ने हुनाले स्वास्थ्य परीक्षणलाई भन्नु संवेदनशील रूपमा लिनुपर्छ । निजामति अस्पतालका डा. लम्साल भन्छन्, 'पहिले-पहिले ४०-५० वर्ष उमेर पार गरेपछि मात्रै रोग लाग्छ भन्ने एकखाले बुझाइ थियो । तर आजभोलि खानपान र जीवनशैलीका कारण जुनसुकै उमेर समूहका मानिसलाई रोगले जकडेको हुन सक्छ । त्यसैले नियमित परीक्षण गर्नुपर्ने हुन्छ ।' अझ निष्क्रिय र अस्वस्थ जीवनशैली भएकाहरूले बेला-बेला स्वास्थ्यको जानकारी लिइराख्नु राम्रो हो ।

विशेष गरी ४० वर्षभन्दा माथिका उमेर समूहका मानिसमा क्यान्सरको परीक्षण महत्वपूर्ण मानिन्छ । यो उमेर नाघेका पुरुषले पेट/आन्द्राको क्यान्सर, प्रोस्टेट क्यान्सर आदिको परीक्षण गराउनु जरुरी छ । यसैगरी, महिलाले पाठेघरको मुखको साथै स्तन क्यान्सरको नियमित रूपमा परीक्षण गर्न चिकित्सकहरूको सल्लाह छ । पाठेघरको मुखको क्यान्सर त सक्रिय यौनजीवन सुरु भएदेखि नै नियमित परीक्षण थाल्नुपर्ने हुन्छ ।

'होलबडी' चेकअपका नाममा हुने स्वास्थ्य परीक्षणमा शरीरका सबै अंगको परीक्षण नगरिने भए पनि मुख्य अंगहरूको अवस्थाबारे जानकारी पाउन सकिन्छ । त्यसैले 'मलाई रोग लागेको छैन ? मलाई के हुन्छ र ? बिरामी भएपछि उपचार गराउँला' जस्ता बाहाना बनाएर आफ्नो शरीरको चेकजाँच नगर्ने हो भने तपाईं थाहै नपाई गम्भीर रोगको शिकार बनिसकेको हुन सक्नु हुन्छ । यसतर्फ बेलेमा सोच्नु जरुरी छ ।

६० वर्ष कटेपछि गर्नुपर्ने जाँच

- पेटको अल्ट्रासाउन्ड एकपटक: पेटभित्रको ठूलो धमनी (उन्डोमिनल एवर्टा) फुल्ने रोग (एनो रिज्म) पत्ता लगाउन ।
- रक्तचाप: उमेर पाको हुँदै जाँदा रक्तचापमा घटबढ आउने भएकाले, समय समयमा ।
- दिसामा रगतको जाँच: हरेक वर्ष ठूलो आन्द्राको क्यान्सर निदानका लागि ।
- डिप्रेसन: हरेक पटक अस्पताल पुग्दा ।
- रगतमा सुगरको मात्रा: मधुमेहको निदानका लागि गर्नुपर्छ । कुनै पनि लक्षण नभएकाले कम्तिमा हरेक ३ वर्षमा एकपटक ।
- तौल: हरेकपटक अस्पताल पुग्दा ।

- कोलेस्टेरोल: रगतमा चिल्लोको मात्रा थाहा पाउनका लागि, हरेक पाँच वर्षमा कम्तिमा एकपटक ।
- म्यामोग्राफी: उमेर बढ्दै जाँदा स्तन क्यान्सर हुने जोखिम बढ्ने हुनाले स्तनको अल्ट्रासाउन्ड गर्नुपर्छ । ४० वर्ष कटेका महिलाले हरेक वर्षमा एक पटक गराउँदा राम्रो ।
- डेक्स स्याक्न: हड्डीको कमजोरी थाहा पाउन यो प्रविधिबाट जाँच गरिन्छ । ६५ वर्षभन्दा माथिका महिलाले कमसेकम एकपल्ट यो जाँच गराउँदा राम्रो ।